

COPING STRESS MAHASISWA AKHIR YANG BEKERJA PART TIME

SKRIPSI



Oleh:

Nuraini Dian Adisty

201310230311312

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

2020

COPING STRESS MAHASISWA AKHIR YANG BEKERJA PART TIME

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Muhammadiyah Malang sebagai Salah satu persyaratan untuk memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Nuraini Dian Adisty

NIM : 201310230311312

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG 2020

SKRIPSI

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Nuraini Dian Adisty

Nim : 201310230311312

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal, 25 Juli 2020

dan dinyatakan memenuhi syarat sebagai kelengkapan

memperoleh gelar Sarjana (S1) Psikologi

Universitas Muhammadiyah Malang

SUSUNAN DEWAN PENGUJI :

Ketua/Pembimbing I,

Sekretaris/Pembimbing II,

Hudaniah, S.Psi, M.Si

Alifah Nabilah Masturah, S.Psi, M.A.

Anggota I

Anggota II

Diana Savitri Hidayati, S.Psi, M.Psi

Nandy Agustin Syakarofath, S.Psi, M.A

Mengesahkan

Dekan,

Muhammad Salis Yuniardi, M.Si., Ph.D



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

FAKULTAS PSIKOLOGI

Jl. Raya Tlogomas No 264 Telp (0341) 464318 - 319 Ext 253 233 1581 Fax (0341) 464782 Malang 65134 Indonesia
Email: psikologi@umm.ac.id Website: psikologi.umm.ac.id

SURAT KETERANGAN

TANDA MENGIKUTI UJIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan dibawah ini menerangkan bahwa:

Nama : Nuraini Dian Adisty
NIM : 201310230311312
Program Studi : Psikologi
No. Telp : 0898 8466 020
Judul skripsi : Coping Stress Mahasiswa Akhir yang Bekerja Part Time

Skripsi tersebut telah diperiksa dan diujikan pada tanggalserta telah diperbaiki sebagaimana mestinya.
25 Juli 2020

Demikian surat keterangan ini dibuat.

11 Agustus 2020
Malang, 2020

Ketua Prodi,



Susanti Prasetyaningrum, M.Psi

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Nuraini Dian Adisty

Nim : 201310230311312

Fakultas/Jurusan : Psikologi

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang

Menyatakan bahwa skripsi/karya ilmiah yang berjudul:

Coping stress Mahasiswa akhir yang bekerja Part time

1. Adalah bukan karya orang lain baik sebagian maupun keseluruhan kecuali dalam bentuk kutipan yang digunakan dalam naskah ini dan telah disebutkan sumbernya.
2. Hasil tulisan karya ilmiah/skripsi dari penelitian yang saya lakukan merupakan hak bebas Royalti non eksklusif, apabila digunakan sebagai sumber pustaka.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia mendapat sanksi sesuai dengan undang-undang yang berlaku.

Malang, 25 Juli 2020

Mengetahui

Ketua Program Studi

Yang menyatakan

Susanti Prasetyaningrum,M.Psi

Nuraini Dian Adisty

KATA PENGANTAR

Puji Syukur Penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “*Coping stres* pada mahasiswa akhir yang bekerja *part time*” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana psikologi di Universitas Muhammadiyah Malang.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan dalam petunjuk serta bantuan yang bermanfaat dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Muhammad Salis Yuniardi, S.Psi., M.Psi, PhD., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
2. Hudaniah, M.Si. dan Alifah Nabilah M., M.A. selaku Pembimbing I dan II yang telah banyak meluangkan waktu dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan arahan yang sangat berguna, hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
3. Bapak Yudi Suharsono, M.Si Selaku Dosen Wali di kelas Psikologi E 2013 yang telah dengan sabar memberikan arahan terhadap kami jika mengalami kesulitan dalam menempuh pendidikan di UMM.
4. Terimakasih untuk Subjek yang telah bersedia untuk dijadikan *sample* dalam penelitian penulis. Terimakasih untuk semua bantuan yang diberikan, semoga dibalas dengan kebaikan oleh Allah SWT.
5. Teruntuk Mama tercinta, Ugok, Binda, Biani, Om Huda, Mang Oni, Tante Warni, Adik adik ku Wulan, Uga, dan Ajeng yang selalu menyelipkan nama penulis dalam dalam setiap doa-doanya serta curahan kasih sayang yang tiada tara. Hal ini merupakan kekuatan terbesar bagi penulis untuk terus memiliki motivasi dalam perkuliahan dan proses skripsi ini.
6. Teruntuk Alm Ayah, dan Almh Umeh tersayang yang semasa hidupnya selalu memberikan motivasi kepada penulis untuk tetap melanjutkan pendidikan pada jenjang yang lebih tinggi. Yang selalu menyayangi penulis dengan sepenuh hati, semoga Alm Ayah dan Almh Umeh tenang disana dan mendapatkan tempat terbaik di sisi Allah SWT. Amin
7. *Partner Partner* Terbaik penulis Haidar M Wisessa Calon Sarjana Psikologi, Wahyudin Satrio H, S.T , Belinda Arista Calon Sarjana Hukum, Saidah Rakhmawati, S.Psi, Ko’o Salmah Nelly Calon Sarjana Psikologi, Nareza Yudhitya, S.E, Yoga Novandra, S.E ,yang selama ini bersedia membantu dan selalu mendukung penulis kapanpun dan dimanapun dalam suka maupun duka untuk dapat menyelesaikan tanggung jawab skripsi ini. Terima kasih atas segalanya.
8. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah banyak memberikan bantuan pada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari tiada satupun karya manusia yang sempurna, sehingga kritik dan saran demi perbaikan karya ini sangat penulis harapkan. Meski demikian, penulis berharap semoga ini dapat bermanfaat bagi peneliti khususnya dan pembaca pada umumnya.

Malang, 25 Juli 2020
Penulis

Nuraini Dian Adisty



DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN.....	i
SURAT PERNYATAAN	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
ABSTRAK.....	1
PENDAHULUAN.....	1
LANDASAN TEORI	6
<i>Coping stress</i>	6
Kategori <i>Coping stress</i>	7
Faktor <i>Coping stress</i>	8
METODE PENELITIAN	9
Rancangan Penelitian.....	9
Subjek Penelitian	9
Variabel dan Instrumen Penelitian.....	10
Prosedur dan Analisa Data Penelitian.....	11
HASIL PENELITIAN	11
DISKUSI.....	15
SIMPULAN DAN IMPLIKASI	18
REFERENSI	19
LAMPIRAN.....	21

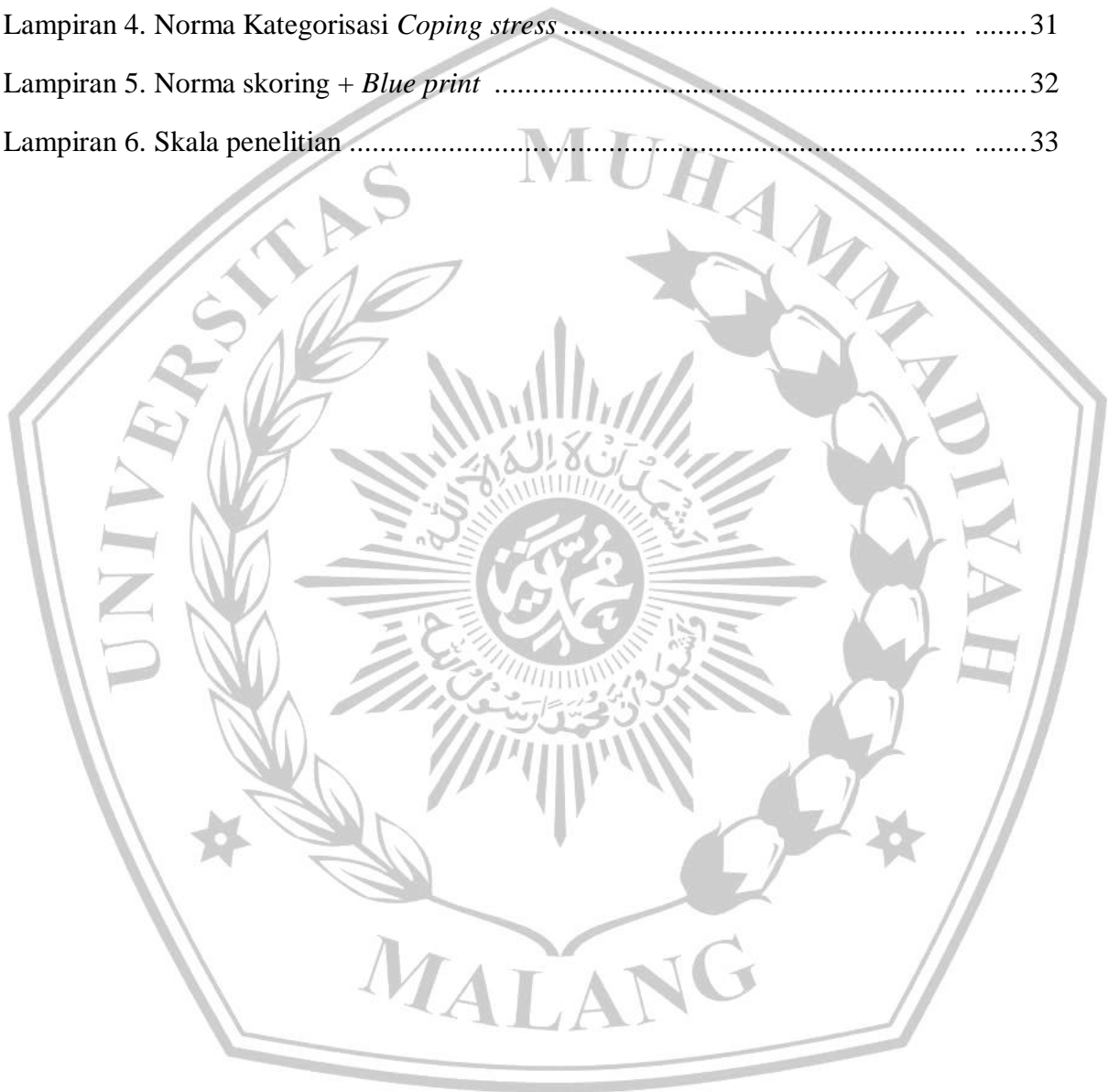
DAFTAR TABEL

Tabel 1. Data demografi Responden	12
Tabel 2. Kategorisasi tingkat <i>Coping stress</i> Responden	13
Tabel 3. Demografi data tabulasi silang	14
Tabel 4. Nilai rata-rata tiap kategori <i>coping stress</i>	15



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Tabulasi data Responden	22
Lampiran 2. Hasil Uji validitas dan Reliabilitas	24
Lampiran 3. Hasil Uji analisa deskriptif.....	26
Lampiran 4. Norma Kategorisasi <i>Coping stress</i>	31
Lampiran 5. Norma skoring + <i>Blue print</i>	32
Lampiran 6. Skala penelitian	33



COPING STRESS PADA MAHASISWA AKHIR YANG BEKERJA PART TIME

Nuraini Dian Adisty

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang

ndianadisty@gmail.com

Coping stress adalah cara yang digunakan individu untuk mengatasi situasi atau masalah yang dianggap sebagai tantangan, ketidakadilan yang dapat merugikan sebagai ancaman. *Coping stress* disini diartikan sebagai upaya mahasiswa dalam menghadapi stress dalam menjalani peran pada dunia perkuliahan dan pekerjaan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran coping stress yang paling banyak digunakan oleh mahasiswa akhir yang bekerja *part time* dalam menjalani peran dalam perkuliahan maupun pekerjaan. Pada Penelitian ini digunakan pendekatan deskriptif kuantitatif. Subjek penelitian berjumlah 100 mahasiswa dengan menggunakan skala *Coping stress* sebagai alat ukur mengenai *Coping stress*. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis statistik deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa UMM melakukan *Coping stress* dengan cukup baik dengan kategori nilai rata rata tertinggi pada kategori *Active emotional coping* dengan nilai *mean* sebesar 33,27 dengan aspek *Emotional adjustment* seperti menyesuaikan diri dan memberanikan diri untuk bersikap positif dan *Emotional outburst* seperti mengalihkan perhatian, merubah emosi, dan mencari sumber daya eksternal dalam menyesuaikan emosi atau mencari metode untuk menghilangkan stress.

Kata kunci : *Coping stress, mahasiswa, part time*

Coping stress is a method used by individuals to overcome situations or problems that are considered as challenges, injustices that can be detrimental as a threat. Coping stress is interpreted as an effort of students in dealing with stress in playing a role in the world of lectures and work. The purpose of this study is to find out the description of coping stress that is most widely used by final students who work part time in undergoing roles in lectures and work. Research subjects amounted 100 students using the Coping stress scale as a measure of coping stress. The results showed that UMM students did stress coping quite well with the highest average score category in the Active emotional coping category with a mean value of 33.27 with Emotional adjustment aspects such as adjusting and daring to be positive and emotional outburst like distracting, change emotions, and look for external resources to adjust emotions or find methods to relieve stress.

Keyword : *Coping stress, students, part time*

Mahasiswa adalah individu yang sedang menimba ilmu di perguruan tinggi yang diharapkan dapat menjadi generasi penerus bangsa. Mahasiswa mempunyai kedudukan tinggi yang istimewa di kalangan masyarakat. Pada kesehariannya banyak pekerjaan, tantangan dan tuntutan sebagai mahasiswa seperti mengerjakan tugas kuliah, membuat laporan, dan untuk mahasiswa

yang telah menempuh semester akhir akan dihadapkan pada tuntutan untuk mengerjakan tugas akhir yaitu skripsi. Mahasiswa dituntut agar bisa menyelesaikan pendidikannya pada waktu yang sudah ditentukan. Orang tua mahasiswa tentunya ingin segera melihat anaknya agar dapat menyelesaikan studi tepat waktu dan memperoleh gelar yang dapat dibanggakan sehingga pada mahasiswa yang sedang menempuh tugas akhir yaitu skripsi dituntut agar segera menyelesaikan tanggung jawab tersebut. Menurut Artikel Berbagi Ilmu (Rijal, 2019) Mahasiswa akhir atau Mahasiswa semester akhir tergantung dari jenjang kuliah yang diambil. Seperti yang kita ketahui ada jurusan kuliah yang normalnya 4 tahun (S1/DIV), 3 tahun (D III), 2 tahun (D II), dll. Untuk Mahasiswa tingkat akhir S1/DIV normalnya untuk menyelesaikan pendidikan kuliah dibutuhkan waktu selama kurang lebih 8 semester atau 4 tahun. Jadi mahasiswa tingkat akhir jika telah menyelesaikan semua mata kuliah wajib di jurusan yang dipilihnya dan tinggal proses penyusunan skripsi. Rentang waktu tercepat biasanya untuk menyelesaikan pendidikan pada tingkatan S1 atau DIV adalah 3,5 tahun dan waktu terlama adalah 7 tahun. Jika seorang mahasiswa tak mampu menyelesaikan kuliahnya sampai rentang waktu 7 tahun maka mahasiswa yang bersangkutan akan otomatis DO (*Drop out*). Namun istilah mahasiswa tingkat akhir juga kadang disematkan kepada mahasiswa yang masa studinya sudah masuk pada rentang waktu yang terlama untuk menyelesaikan kuliahnya adalah 7 tahun atau 14 semester. Jadi kesimpulannya, istilah mahasiswa tingkat akhir kadang diberikan kepada mahasiswa yang telah menyelesaikan semua mata kuliahnya yang tinggal menyusun skripsi dan juga kepada mahasiswa yang sudah hampir di *Drop out* karena telah mendekati batas akhir maksimal untuk menyelesaikan kuliahnya.

Mahasiswa memiliki peran yaitu bertanggung jawab menjalani aktivitasnya di dunia perkuliahan serta disisi lain mahasiswa yang memiliki minat dan bakat dapat menyalurkan aktivitasnya di luar perkuliahan. Masa kuliah adalah masa yang produktif dan Mahasiswa dianggap telah memasuki masa dewasa yang dapat bertanggung jawab, mandiri, dan kreatif sehingga mahasiswa mampu untuk menanggung beban seperti memanfaatkan waktu untuk bekerja di luar aktivitas perkuliahan. Pada usianya, mahasiswa umumnya sudah mulai bisa untuk mengelola keuangan secara mandiri dan mengambil keputusan sendiri. Banyak mahasiswa yang merasa dituntut untuk memenuhi kebutuhan dari pemasukan yang didapat. Maka dari itu sudah tidak asing pada saat ini banyak mahasiswa yang memanfaatkan waktu luangnya untuk bekerja. Seperti dikemukakan oleh Nalim (2015) di beberapa negara maju, termasuk Amerika Serikat (AS), fenomena mahasiswa yang bekerja ternyata juga tidak sedikit. Data yang dipublikasi oleh Departemen Pendidikan AS pada tahun 1998 menunjukkan tren yang meningkat dari tahun ke tahun (Tina Tuttle, Jeff McKinney dan Melanie Rago, 2005). Data yang dirilis King (2003) mengindikasikan bahwa 80% dari mahasiswa Amerika bekerja pada tahun 1999-2000. Jumlah ini meningkat 8% dibandingkan satu dekade sebelumnya, yaitu 72% mahasiswa bekerja (Cuccaro-Alamin & Choy, 1998). Seperti yang dikemukakan oleh Yahya & Widjaja (2018) Kuliah sambil bekerja di kalangan mahasiswa bukanlah suatu hal yang baru, khususnya di kota Malang. Alasan utamanya adalah terkait dengan finansial yakni memperoleh penghasilan untuk membayar pendidikan dan kebutuhan sehari-hari sekaligus meringankan beban keluarga.

Kebutuhan Mahasiswa akan bertambah seiring bertambahnya semester seperti yang dikemukakan oleh Daulay (Elma & Ali, 2017) bahwa kebutuhan akan hidup yang kian meningkat membuat Mahasiswa mencari cara untuk mampu mencukupi kebutuhannya untuk pendidikan maupun biaya hidupnya. Beberapa Mahasiswa mencari jalan keluar dengan cara bekerja. Menurut Nidya (Yahya & Widjaja, 2018) bahwa latar belakang yang mendasari seorang mahasiswa untuk bekerja antara lain yaitu kebutuhan finansial, dan kebutuhan sosial relasional.

Umumnya mahasiswa akan memilih bekerja dengan sistem kontrak dan jangka pendek (*short term contract*) dan kerja paruh waktu (*part time*) (van der Meer & Wielers, 2001). Rata-rata pekerja paruh waktu (*fulltime*) akan menghabiskan sekitar 40 jam per minggu, namun demikian mahasiswa akan lebih memilih kerja part-time dikarenakan lebih fleksibel dalam mengatur waktu bekerja dengan kuliah. Selain itu, bekerja part-time memiliki waktu yang lebih sedikit perhari hanya membutuhkan waktu sekitar 3-5 jam tergantung jenis pekerjaan (Yahya & Widjaja, 2018). Sleekr memaparkan bahwa Sampai saat ini belum ada peraturan resmi atau hukum dari pemerintah Indonesia yang mengatur mengenai karyawan *part time* atau paruh waktu. Singkatnya, karyawan *part time* didefinisikan sebagai karyawan yang jam kerjanya kurang dari karyawan yang bekerja secara *full time*. Jam kerja untuk yang bekerja secara *full time* adalah 40 jam satu minggu atau 8 jam sehari. Untuk Jam kerja *part time* kurang dari itu, umumnya tidak sampai 30 jam dalam satu minggu. Pada umumnya, pekerjaan *part time* bersifat sementara dan berlangsung selama periode tertentu yang ditentukan oleh perusahaan. Perusahaan dengan karyawan *part time* biasanya yang menerapkan sistem pergantian *shift* seperti kafe, bar, restoran maupun hotel . Namun, karyawan *part time* tetap berbeda dari karyawan *shift* biasa. Karyawan *shift* biasa bekerja selama sekitar delapan jam dalam satu kali *shift*, sedangkan karyawan *part time* bisa kurang dari itu. Lalu, terkait dengan gaji atau upah, sekali lagi belum ada peraturan resmi yang membahasnya. Sehingga, umumnya jumlah upah ditentukan oleh perusahaan dan disepakati oleh karyawan (Sleekrs Human resources, 2018. paragraf 3-5).

Seperti yang dikemukakan oleh Daulay (2009: 1) Selain karena adanya tuntutan yang mengharuskan mahasiswa untuk lebih mandiri ada juga mahasiswa yang bekerja untuk mengisi waktu luang, hidup mandiri dan mencari pengalaman. Sehubungan dengan penelitian yang dilakukan oleh Setiawan & Legowo (2016) motif mahasiswa Unesa dalam bekerja paruh waktu ialah yang pertama adalah kondisi objektif mahasiswa yang relatif berbeda tersebut, secara langsung maupun tidak langsung memunculkan suatu dorongan terhadap mahasiswa untuk melakukan tindakan pekerjaan paruh waktu (*part time*) disela- sela tidak adanya perkuliahan, kedua adalah tidak produktifnya waktu luang dikarenakan sebelumnya tidak ada kesadaran bahwa mahasiswa banyak membuang waktu luang mereka kepada hal-hal yang kurang produktif dan saat berada pada suatu titik tertentu timbul kesadaran dari diri mahasiswa yang mendorong untuk mengubah kebiasaan tersebut beralih kepada kegiatan yang lebih produktif seperti bekerja paruh waktu, Ketiga adalah daya tarik dari pekerjaan paruh waktu, sebuah karakteristik yang dimiliki oleh jenis pekerjaan paruh waktu menimbulkan daya dorong atau motivasi yang kuat terhadap mahasiswa untuk melakukan pekerjaan paruh waktu. Dari beberapa manfaat yang didapat dari aktivitas kuliah dan bekerja disisi lain terdapat resiko yang harus dihadapi seperti ketika harus menghadapi tugas dalam pekerjaan maupun tuntutan untuk mengerjakan tugas kuliah. Ada beberapa jenis pekerjaan yang diminati oleh mahasiswa yaitu seperti pengajar les, bekerja di laundry, menjadi pelayan di cafe, berjualan, bekerja sebagai gojek online (Fitria & Zulfan, 2013). Mahasiswa semester akhir yang bekerja *part time* umumnya menghabiskan waktu tiga sampai lima jam sehingga menyita waktunya dalam pengerjaan tugas kuliah. Akibatnya kelulusan tertunda tidak sesuai dengan batas waktu kelulusan yang normal.

Pada kenyataannya untuk segera menyelesaikan studi tidaklah mudah. Untuk lulus dari pendidikan tingginya (memperoleh gelar kesarjanaan) mahasiswa harus menghadapi berbagai tantangan, kendala dan hambatan. Permasalahan yang sering dihadapi adalah mengenai pengelolaan waktu dalam menghadapi pekerjaan dan pendidikan yang harus segera diselesaikan. Mengelola waktu berarti mengarah pada pengelolaan diri dengan berbagai cara

yang bertujuan untuk mengoptimalkan waktu yang dimiliki. Artinya seseorang menyelesaikan pekerjaan dibawah waktu yang tersedia sehingga mencapai hasil yang memuaskan (Douglass & Douglass, 1980). Banyak orang yang merasa mampu untuk mengimbangi antara bekerja dan mengerjakan tugas kuliah, tapi pada kenyataannya banyak seseorang yang akan melakukan kesalahan jika tidak bisa mengimbangi kedua pekerjaan tersebut.

Kenyataan di atas menunjukkan bahwa masih banyak mahasiswa yang mengalami hambatan dalam menyelesaikan studinya. Beragam faktor yang menjadi penghambat dalam penyelesaian studi. Faktor tersebut adalah faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal adalah lingkungan yang berada di luar individu. Lingkungan di luar individu tersebut meliputi kondisi lingkungan yang mendasarkan hasil akhir dan lingkungan yang laten. Sedangkan faktor internal meliputi kondisi fisik dan kondisi psikologis individu. Kondisi fisik pekerja dapat digambarkan sebagai riwayat kesehatan yang dimiliki atau penyakit yang pernah dialami. Sedangkan yang dimaksud kondisi psikologis individu mencakup wilayah aspek kepribadian yang dimiliki seseorang misalnya, motivasi, *self control*, *self esteem*, tingkat kecemasan dan *stress*.

Ada kalanya mahasiswa yang tidak dapat membagi waktu untuk melakukan pekerjaan, belajar, melakukan ibadah, mengerjakan tugas kuliah, dan beristirahat akan merasa terbebani. Di sisi lain adanya konflik peran antara kuliah dan bekerja dapat menjadi sumber stress, absensi dan produktivitas. Mahasiswa yang kuliah sambil bekerja dituntut untuk mampu melaksanakan tugas dan tanggung jawabnya dengan baik, mulai dari manajemen waktu antara waktu yang digunakan untuk kuliah dengan pekerjaan (Yahya & Widjaja, 2018). Maka dapat dikatakan bahwa untuk bekerja adalah pada kemauan, kesiapan diri dan manajemen waktu yang harus benar-benar tertata. Jika tidak maka antara pekerjaan dan kuliah tidak ada keseimbangan. Jika tidak ada keseimbangan dalam menjalankan dua pekerjaan ini dapat mengakibatkan *stress* pada individu tersebut.

Stress adalah stimulus atau respon yang menuntut individu untuk melakukan penyesuaian. Penyebab stress bisa bermacam-macam yang berhubungan dengan pekerjaan, keluarga, sekolah atau kuliah, cinta, kehilangan harta dan orang-orang yang disayangi, dan yang lainnya. Stress merupakan suatu sinyal dari dalam tubuh untuk mempersiapkan tubuh untuk bertindak. Definisi dari stress adalah suatu reaksi individu terhadap tuntutan atau tekanan yang berasal dari diri sendiri dan lingkungan. Stress dalam arti secara umum adalah perasaan tertekan, cemas, dan tegang (Ismiati, 2015).

Menurut Rathus dan Nevid (dalam Lubis dkk, 2015) definisi stress adalah suatu kondisi dari adanya tekanan fisik dan psikis akibat dari tuntutan dalam diri dan lingkungan. Lubis dkk (2015) juga mengatakan keadaan yang dapat menimbulkan stress ini akan menstimulasi individu untuk bereaksi, setiap orang pada hakikatnya akan bereaksi maupun merespon terhadap tuntutan yang datang atas dirinya dan akan berusaha mengatasi stress tersebut. Jika stress ini dibiarkan dampaknya ada pada kesehatan fisik dan mental seseorang.

Greenberg (2002) dalam Lubis dkk (2015) mengatakan ketika individu dihadapkan pada keadaan yang menimbulkan atau menyebabkan stress maka individu tersebut terdorong untuk melakukan perilaku coping. Coping merupakan sebuah proses individu untuk berusaha mengatur pertentangan atau ketidaksesuaian antara tuntutan sumber daya yang ada dalam situasi yang menimbulkan atau menyebabkan stress dimana manajemen ini mengindikasikan bahwa usaha coping sangat beragam dan tidak selalu mengarah pada pemecahan masalah (Lubis dkk, 2015).

Coping juga dapat membantu individu untuk mengubah persepsinya atas pertentangan yang ada dalam situasi stress. Individu tersebut dapat melakukan toleransi dengan menerima bahaya atau tekanan atau bisa juga melarikan diri atau mencegah dari situasi yang dapat menimbulkan stres tersebut. Coping yang dilakukan setiap individu akan berbeda beda, coping stress disini diartikan sebagai upaya mahasiswa dalam menghadapi stress dalam menjalani peran pada dunia perkuliahan dan pekerjaan. Mahasiswa akan mengalami kecemasan saat mengalami situasi takut akan kuliahnya terganggu dan takut akan kehilangan pekerjaan yang dijalani. Oleh sebab itu mahasiswa dituntut untuk menyeimbangkan antar tugas kuliah dan tugas pekerjaan. Menghadapi tuntutan yang dirasakan, mahasiswa akan berusaha menyeimbangkan dua peran tersebut dan membuat tindakan untuk mencegah maupun mengatasi stress nya dengan berbagai cara sehingga hal tersebut tidak mengganggu keseimbangan fisik dan mentalnya dalam menjalankan dua peran tersebut. Umumnya *coping stress* adalah kemampuan seseorang untuk mengatasi berbagai permasalahan yang sedang dihadapi , dan coping merupakan usaha atau cara untuk keluar dari permasalahan yang dihadapi. Bentuk *Coping Stress* menurut Lazarus dan Folkman (2006) membagi dua bentuk coping yaitu *Problem-Focused coping* dan *Emotional-Focused Coping*. *Problem focused coping* ialah bentuk coping yang diarahkan kepada usaha untuk mengurangi tuntutan dari situasi yang penuh tekanan dan dapat menimbulkan stres. Dalam hal ini, coping yang muncul terfokus pada masalah individu yang akan mengatasi stres dengan cara mempelajari keterampilan baru. Individu yang cenderung menggunakan strategi ini mereka akan percaya bahwa tuntutan dari situasi tersebut dapat diubah. *Emotion focused coping* adalah bentuk coping yang diarahkan untuk mengatur respon emosional pada situasi yang menekan. Individu dapat mengatur respon emosional nya dengan pendekatan kognitif dan behavioral. Masalah yang biasa dihadapi Mahasiswa biasanya akan menggunakan strategi *Coping stress* dengan model *Problem-Focused Coping* dimana lebih fokus dalam menyelesaikan tuntutan masalah dan diperlukan kemampuan Mahasiswa dalam pemusatan pemecahan masalah sehingga dapat mengurangi dampak negatif dan dapat menyelesaikan masalah pada pekerjaan maupun perkuliahan.

Penelitian *Coping stress* Mahasiswa yang bekerja *part time* ini dilakukan karena peneliti yang ingin mengetahui bagaimana *coping stress* pada Mahasiswa akhir yang bekerja *part time*. Karena, Universitas Muhammadiyah Malang merupakan kampus yang cukup besar dan memiliki Mahasiswa yang berjumlah puluhan ribu yang pastinya memungkinkan banyak mahasiswa akhir yang memilih untuk bekerja secara *part time*. Dan ingin mengetahui *Coping stress* apa saja yang paling banyak dilakukan oleh mahasiswa akhir yang bekerja *part time* tersebut. .

Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk mengangkat tema “*Coping Stress* mahasiswa akhir yang bekerja *part time*”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *coping stress* yang paling banyak digunakan oleh mahasiswa akhir yang bekerja *part time* dalam menjalani peran dalam perkuliahan maupun pekerjaan. Manfaat penelitian ini diharapkan dapat menyumbangkan ilmu pengetahuan psikologi mengenai *coping stress* mahasiswa akhir yang bekerja *part time*, sehingga diharapkan *coping stress* yang paling banyak digunakan oleh mahasiswa pada semester akhir yang bekerja *part time* dapat diterapkan .

Coping stress

Definisi *coping* adalah sebuah tingkah laku dimana individu melakukan interaksi dengan lingkungan sekitarnya agar dapat menyelesaikan tugas atau masalah. Perilaku *coping* merupakan proses dinamis dari suatu pola tingkah laku ataupun pikiran-pikiran yang secara sadar digunakan untuk mengatasi tuntutan-tuntutan dalam situasi yang menekan dan menegangkan. Berbagai definisi dilontarkan oleh pakar psikologi untuk mengartikan *coping*. *Coping* adalah cara yang digunakan oleh individu untuk mengatasi situasi atau masalah yang dialami, baik sebagai ancaman atau suatu tantangan yang menyakitkan. Pada umumnya *coping* diartikan sebagai cara individu agar dapat mengatasi berbagai permasalahan yang melingkupi kehidupannya (Ismiati, 2015). Menurut Baron dan Byrne (dalam Ismiati, 2015) *coping* merupakan respon dari seseorang untuk mengatasi suatu masalah, respon tersebut sesuai dengan apa yang dirasakan dan dipikirkan untuk mengontrol maupun mentolerir dan mengurangi efek negatif dari situasi yang sedang dihadapi. *Coping* yang efektif akan menghasilkan adaptasi yang menetap, yang merupakan kebiasaan baru dan perbaikan dari situasi yang sebelumnya. *Coping* yang tidak efektif sendiri akan berakhir dengan mal-adaptif yaitu perilaku yang menyimpang dan keinginan normatif yang dapat merugikan diri sendiri, orang lain maupun lingkungan sekitarnya. Perilaku *coping* dapat juga dikatakan sebagai transaksi yang dilakukan individu untuk mengatasi berbagai tuntutan (internal dan eksternal) sebagai sesuatu yang membebani dan mengganggu kelangsungan hidupnya.

Coping adalah bentuk usaha untuk mengubah kognisi atau tingkah laku secara konstan atau tetap sebagai bentuk usaha untuk dapat mengendalikan tuntutan baik eksternal maupun internal, khususnya yang diperkirakan akan menyita dan melampaui kemampuan seseorang. Kemudian, dijelaskan bahwa perilaku *coping* berkenaan dengan apa yang dilakukan oleh individu untuk mengatasi situasi yang penuh dengan tekanan atau yang menuntut individu secara emosional (Lazarus & Folkman, 1985)

Musradinur (2016) mengatakan bahwa stres merupakan istilah yang membingungkan karena adanya pendapat-pendapat yang sangat beragam. Pada umumnya stres adalah pola reaksi serta adaptasi umum, dalam arti pola reaksi menghadapi stresor (hal yang menyebabkan stres), yang dapat berasal dari dalam maupun luar individu tersebut, dapat nyata maupun tidak nyata sifatnya. Stres sendiri dapat berbentuk bermacam-macam tergantung dari ciri-ciri individu yang bersangkutan, kemampuan untuk menghadapi (*coping skills*) dan sifat stresor yang dihadapinya. Jika ego berfungsi dengan baik maka semuanya berada dalam keseimbangan. Apabila stresor yang dihadapi dapat diatasi secara memadai hal itu tidak akan menimbulkan stres. Bila terjadi ketidakseimbangan, hal tersebut akan menimbulkan stres. Menurut Robbins (2001) dalam Noor dkk (2016) stress diartikan sebagai sebuah kondisi yang menekan keadaan psikis seseorang dalam mencapai suatu kesempatan dimana untuk mencapai kesempatan tersebut terdapat batasan atau penghalang.

Dalam kehidupan sehari-hari stres dapat kita temui dalam berbagai hal. Stres yang akut dapat menimbulkan berbagai manifestasi ansietas yang menimbulkan ketidaknyamanan (*discomfort*). Keadaan ini akan bertahan tergantung dari lamanya stresor tersebut berada. Kemudian jika stresor itu ada untuk waktu yang cukup lama, maka kita akan menjumpai keadaan yang melelahkan dan adanya stres yang sudah berwujud patologi, seperti patologi fisik serta kejiwaan (Musradinur, 2016).

Sedangkan menurut Siswanto (2007) Stres seringkali dianggap sebagai suatu hal yang berkonotasi negatif. Hal ini terjadi karena stres terjadi bila individu mengalami frustrasi yang

terus menerus. Sehingga gejala atau akibat dari stres yang tampak pada individu tersebut seringkali adalah gejala atau akibat negatif yang mengganggu kehidupan individu itu. Stres yang tinggi dan berlangsung dalam waktu yang lama tanpa ada jalan keluar dapat menyebabkan berbagai macam penyakit seperti: gangguan pencernaan, gangguan kulit, pusing/sakit kepala, serangan jantung, tekanan darah tinggi, asma, radang sendi rheumatoid, alergi, sulit menelan, panas ulu hati, mual, keluhan pada perut, keringat dingin, sakit leher, sering merasa capek, sering buang air seni, kejang otot, mudah lupa, terserang panik, sembelit, diare, insomnia dan lain-lain. Gejala-gejala stress dibedakan menjadi dua bentuk yaitu gejala Emosional/Kognitif dan gejala Fisik. Gejala emosional meliputi : (a) sulit berkonsentrasi, (b) merasa putus asa saat harus menunggu sesuatu, (c) mudah merasa ingin marah, (d) jadi mudah bingung, (e) mood cepat berubah, (f) merasa tidak mampu mengatasi masalah, (g) emosi suka meluap-luap, (h) biasanya cepat merasa marah dan bosan, (i) setiap saat memikirkan hal-hal yang negatif. Gejala fisik: (a) sakit punggung bagian bawah, (b) telapak tangan berkeringat, (c) kram otot, (d) denyut jantung cepat, (e) sering keram, (f) tidak dapat tidur nyenyak atau tidur berlebihan.

Menurut Luthans (2006) dalam Noor dkk (2016) beberapa faktor penyebab stres adalah Stressor ekstra organisasi (stres yang berasal dari luar organisasi), stressor organisasi (stres yang berasal dari organisasi), Stressor kelompok, serta stressor individual. Akibat stres yang dialami seseorang tergantung dari seberapa lama stres yang dialaminya. Menurut Mumpuni dan Wulandari (2010) dalam Noor dkk (2016) beberapa akibat yang nampak jika seseorang sedang mengalami stress antara lain: kelelahan dalam bekerja, psikomatis (terganggunya mental dan fisik seseorang), trauma serta kelelahan.

Dari beberapa pengertian *coping* yang telah dikemukakan di atas dapat disimpulkan bahwa coping merupakan: (1) respon perilaku dan pikiran terhadap stres; (2) penggunaan sumber yang ada pada diri individu atau lingkungan sekitarnya; (3) pelaksanaannya dilakukan secara sadar oleh individu; dan (4) bertujuan untuk mengurangi atau mengatur konflik-konflik yang timbul dari diri pribadi dan di luar dirinya (*internal or external conflict*), sehingga dapat meningkatkan kehidupan yang lebih baik. Perilaku *coping* dapat juga dikatakan sebagai transaksi yang dilakukan individu untuk mengatasi berbagai tuntutan (internal dan eksternal) sebagai sesuatu yang membebani dan mengganggu kelangsungan hidupnya (Lubis dkk, 2015). Selanjutnya menambahkan juga bahwa cara yang digunakan individu untuk mengatasi situasi atau masalah yang dianggap sebagai tantangan, ketidakadilan yang dapat merugikan sebagai ancaman yang disebut dengan *coping stress*.

Selain itu, Menurut Lin & Chen (2010) *Coping stress* dibagi menjadi empat kategori yaitu :

1. *Active problem coping* : Merujuk kepada individu ketika menghadapi stress, mereka akan memecahkan masalah dengan melihat pusat permasalahan tersebut dengan memecahkan masalah sendiri atau meminta bantuan, termasuk :
 - a. *Solving a problem* : dengan menyederhanakan masalah, mendapatkan poin utama dari permasalahan, bersikap tenang dan optimis, merencanakan dan mengatasi masalah sendiri
 - b. *Search for assistances* : dengan mencari sumber daya eksternal, seperti guru atau teman untuk mengumpulkan data yang terkait dari berbagai saluran

2. *Active emotional coping* : Merujuk kepada Individu ketika menghadapi stress akan bersikap untuk menyesuaikan diri terlebih dahulu, termasuk :
 - a. *Emotional adjustment* : dengan menyesuaikan diri dengan bersikap positif dan bersikap dengan *Self encouragement*
 - b. *Emotional outburst* : dengan mengalihkan perhatian, merubah emosi, dan mencari sumber daya eksternal dalam menyesuaikan emosi atau mencari metode untuk menghilangkan stress
3. *Passive problem coping* : Merujuk kepada individu ketika dihadapkan oleh stress maka akan berperilaku prokastinasi dan mengelak keadaan tersebut, termasuk :
 - a. *Procastinating problem* : dengan mengesampingkan sementara atau secara pasif membatasi masalah
 - b. *Evasion of problem* : dengan menyalahgunakan alkohol atau narkoba yang menyebabkan mati rasa untuk menghindari masalah
4. *Passive emotional coping* : Merujuk kepada situasi pasif yang dihadapkan pada individu ketika menghadapi stress, termasuk :
 - a. *Emotionally downcast* : dengan membatasi diri atau menuduh diri sendiri, menyalahkan Tuhan maupun oranglain atau menyerah
 - b. *Loss of emotional control* : dengan menjadi mudah marah atau menyalahkan orang lain.

Faktor yang mempengaruhi Coping stress

Menurut Keliat dalam (Sitepu,2011) ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi coping stress :

- a. Kesehatan fisik
Kesehatan merupakan hal yang sangat penting karena upaya untuk mengatasi stress, individu dituntut untuk mengeluarkan usaha dan tenaga yang cukup besar.
- b. Keterampilan memecahkan masalah
Keterampilan ini meliputi bagaimana individu mampu untuk mencari informasi, menganalisis situasi, mengidentifikasi masalah dengan tujuan agar dapat menghasilkan tindakan alternatif, kemudian mempertimbangkan tindakan alternatif tersebut sehubungan dengan hasil yang ingin dicapai, dan pada akhirnya melaksanakan rencana dengan melakukan sebuah tindakan yang tepat.
- c. Keyakinan atau pandangan positif
Keyakinan menjadi sumber daya psikologis yang sangat penting seperti keyakinan pada nasib (*external locus of control*) yang mengarahkan individu pada penilaian ketidak berdayaan (*helplessness*) hal tersebut menurunkan kemampuan strategi coping yang berfokus pada masalah (*problem solving focused coping*)
- d. Keterampilan sosial
Keterampilan sosial terdiri dari kemampuan untuk berkomunikasi dan berperilaku dengan cara- cara yang sesuai dengan nilai sosial yang berada di masyarakat.
- e. Dukungan sosial

Dukungan sosial merupakan dukungan pemenuhan kebutuhan informasi dan emosional yang ada pada diri individu yang diberikan oleh orangtua, anggota keluarga, saudara, teman, dan lingkungan masyarakat sekitarnya.

f. Materi

Dukungan materi meliputi sumber daya berupa uang, barang atau layanan yang biasanya dapat dibeli.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti menyimpulkan bahwa mahasiswa akhir atau yang dimaksud dengan mahasiswa yang sedang menempuh semester akhir akan berusaha untuk memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari dikarenakan beberapa faktor seperti faktor ekonomi yang menyebabkan berkurangnya uang yang didapat dari orang tua sehingga banyak mahasiswa akhir yang memilih untuk bekerja terutama bekerja secara *part time* (paruh waktu) dikarenakan waktu yang fleksibel dalam membagi waktu antara pekerjaan dan perkuliahan. Jika tidak ada keseimbangan dalam menjalankan dua pekerjaan ini dapat mengakibatkan *stress* pada individu tersebut. Ketika individu menghadapi keadaan yang dapat menyebabkan *stress* maka individu itu terdorong untuk dapat melakukan perilaku *coping* (Lubis dkk, 2015). Menurut Lin & Chen (2010) *Coping stress* dibagi menjadi empat yaitu *Active emotional coping*, *Passive emotional coping*, *Active problem coping*, dan *Passive problem coping*.

METODE PENELITIAN

Rancangan Penelitian

Pada Penelitian ini digunakan pendekatan deskriptif kuantitatif. Pendekatan kuantitatif adalah suatu proses menemukan pengetahuan yang menggunakan data berupa angka sebagai alat menemukan keterangan mengenai apa yang ingin kita ketahui (Darmawan, 2014). Sedangkan penelitian deskriptif, yaitu penelitian yang bertujuan menggambarkan secara sistematis dan akurat fakta dan karakteristik mengenai populasi atau mengenai bidang tertentu. Penelitian deskriptif berusaha menggambarkan situasi atau kejadian. Data yang dikumpulkan semata-mata deskriptif sehingga tidak bermaksud mencari penjelasan, menguji hipotesis, membuat prediksi maupun implikasi (Azwar, 2012). Pendekatan deskriptif kuantitatif digunakan peneliti karena ingin mengetahui *Coping stress* yang paling banyak digunakan oleh Mahasiswa akhir yang bekerja *Part time*.

Subjek Penelitian

Populasi yang menjadi sumber untuk penggalian data adalah Mahasiswa tingkat akhir di Universitas Muhammadiyah Malang. Kemudian, untuk teknik sampling yang digunakan yaitu *Non Probability Sampling*. Teknik *Non probability sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang tidak memberikan peluang yang sama bagi setiap anggota populasi yang dipilih menjadi sampel (Sugiyono, 2014).

Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel adalah *Purposive sampling*. *Purposive sampling*. Menurut Arikunto (2006) pengertiannya adalah: teknik mengambil sampel dengan tidak berdasarkan random, daerah atau strata, melainkan berdasarkan atas adanya pertimbangan

yang berfokus pada tujuan tertentu. Alasan digunakannya teknik sampling ini karena tidak semua sampel memiliki kriteria yang sesuai dengan apa yang akan diteliti. Karena itu, peneliti memilih teknik *Purposive sampling* yang menetapkan pertimbangan atau kriteria tertentu yang harus dipenuhi oleh sampel yang digunakan dalam penelitian ini. Karakteristik sederhana subjek penelitian adalah mahasiswa aktif di Universitas Muhammadiyah Malang, laki-laki maupun perempuan, yang sedang bekerja *Part Time*, yang sedang menempuh semester akhir baik yang sedang menyelesaikan tugas akhir/skripsi, maupun mahasiswa yang sudah memasuki semester terakhir dari jenjang kuliah yang diambil, yaitu mahasiswa yang telah memasuki tahun ke 4 sampai tahun terakhir yaitu 7 tahun atau pada semester 9-14. Setelah penelitian dilakukan, responden total berjumlah 100 orang.

Variabel dan Instrumen Penelitian

Penelitian ini terdiri dari satu variabel yaitu *Coping stress*. *Coping stress* merupakan respon individu dalam mengatasi masalah yang dialami, respon tersebut sesuai dengan apa yang dipikirkan dan dirasakan untuk mengontrol, mentolerir dan mengurangi efek negatif dari situasi yang dialami. *Coping stress* disini diartikan sebagai upaya mahasiswa dalam menghadapi stress dalam menjalani peran pada dunia perkuliahan dan pekerjaan. Mahasiswa mengalami kecemasan saat mengalami situasi takut akan kuliahnya terganggu dan takut akan kehilangan pekerjaan yang dijalani. Karena itu mahasiswa dituntut untuk menyeimbangkan antar tugas kuliah dan tugas pekerjaan.

Metode penelitian dengan variabel *Coping stress* yang digunakan adalah skala yang diadaptasi dari Lin & Chen (2010). Item item di dalam kuisioner *Coping stress* terdiri dari pernyataan positif (*Favorable*) dan pernyataan negatif (*Unfavorable*). Pernyataan positif (*Favorable*) merupakan perilaku yang sesuai untuk menggambarkan *Coping stress* mahasiswa pekerja *part time* sedangkan pernyataan negatif merupakan perilaku yang tidak sesuai untuk menggambarkan *coping stress* mahasiswa pekerja *part time*. Skala pengukuran kuisioner yang digunakan dalam penelitian ini berbentuk model skala likert dengan menggunakan 5 pilihan jawaban, yaitu SS (Sangat setuju), S (Setuju), KS (Kurang setuju), TS (Tidak setuju), STS (Sangat Tidak setuju). Skala *Coping stress* memiliki nilai reliabilitas 0,83 dan validitas sebesar 0,555-0,589 menunjukkan adanya hubungan signifikan antara berbagai faktor dan korelasi total item dari kuisioner.

Skoring dilakukan dengan cara menjumlahkan jawaban responden pada masing masing item. Dengan demikian dapat diketahui tingkat *coping stress* pada subjek penelitian ini. Semakin tinggi jumlah skor yang diperoleh, maka semakin baik kemampuan mahasiswa akhir melakukan *coping stress* yang bekerja *part time*. Sebaliknya, semakin rendah jumlah skor yang diperoleh, maka semakin rendah pula *coping stress* mahasiswa akhir yang bekerja *part time*.

Menurut (Sugiyono, 2010), instrumen yang digunakan untuk mengukur efektivitas pelaksanaan program, pengujian validitas isi dapat dilakukan dengan membandingkan antara isi instrumen dengan isi atau rancangan yang telah ditetapkan. Validitas isi menunjukkan sejauh mana item pertanyaan dalam sebuah instrumen mencakup keseluruhan kawasan isi yang hendak diukur oleh instrumen tersebut. Capaian skor total aspek dalam hal ini menggunakan teknik daya diskriminasi *Corrected item total correlations* melalui aplikasi program komputer *SPSS for window 20.0*. Berdasarkan perhitungan statistik yang telah dilakukan peneliti, diperoleh 28 item yang dinyatakan valid dengan indeks validitas sebesar 0,205-0,821 dan nilai reliabilitas sebesar 0,944.

Prosedur dan Analisa Data Penelitian

Prosedur dalam penelitian ini terdiri dari beberapa tahapan, pertama persiapan, kedua pelaksanaan, dan ketiga adalah tahap analisa. Tahap persiapan diawali dengan mempersiapkan instrumen berupa skala *Coping stress* yang kemudian telah diterjemahkan kedalam Bahasa Indonesia. Sebelumnya, instrumen penelitian dibuat dalam kuisioner *online* melalui *google form*. Setelah instrumen telah siap, Tahapan berikutnya adalah melakukan penyebaran skala kepada para responden dengan jumlah responden sebesar 100 orang dilaksanakan pada tanggal 2 juli 2020 sampai 5 juli 2020 dengan membagi kan *link* yang telah dibuat oleh peneliti. Kemudian peneliti melakukan uji coba (*try out*) untuk mengetahui validitas dan reliabilitas alat ukur yang digunakan penelitian dengan menggunakan *SPSS for windows 20.0* dan melakukan uji validitas dan reliabilitas menggunakan daya diskriminasi *Corrected item total correlations*.

Tahap terakhir adalah analisa data. Pada tahap ini, peneliti mulai melakukan input dari hasil penyebaran skala yang telah dilakukan. Peneliti mulai menganalisis data tersebut dengan menggunakan teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis statistik deskriptif yaitu statistik yang berfungsi untuk mendiskripsikan atau memberi gambaran terhadap obyek yang di teliti melalui data sampel atau populasi sebagaimana adanya, tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum (Sugiyono, 2014).

Pada penelitian deskriptif, akan dikemukakan cara-cara penyajian data, dengan tabel biasa maupun distribusi frekuensi. Sajian yang baik dalam bentuk tabel maupun grafik adalah sebagai upaya untuk memperjelas makna informasi hasil penelitian. Nazir (1998), menyatakan statistika deskriptif (*descriptif statistics*) yaitu proses pengumpulan dan peringkasan data, serta upaya untuk menggambarkan berbagai karakteristik yang penting pada data yang telah terorganisasikan tersebut.

HASIL PENELITIAN

Setelah penelitian ini dilakukan, diperoleh beberapa hasil yang akan dipaparkan dengan beberapa tabel berikut. Tabel pertama pada hasil penelitian ini merupakan deskripsi subjek yang turut serta dalam penelitian tentang *Coping stress* mahasiswa akhir yang bekerja *part time*. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif di Universitas Muhammadiyah Malang dengan rentang semester 9-14. Responden yang mengisi skala penelitian berjumlah 100 orang.

Tabel 1 Data Demografi Responden

Kategori	Frekuensi	Prosentase
Jenis Kelamin		
Laki-laki	60	60 %
Perempuan	40	40 %
Pekerjaan (Part time)		
Admin	18	18 %
Barista	22	22 %
Entertainer	7	7 %
Freelance	6	6 %
Karyawan	7	7 %
Ojek online	2	2 %
Pramuniaga	14	14 %
Wiraswasta	25	25 %
Semester		
Semester 9-10	53	53 %
Semester 11-12	25	25 %
Semester 13-14	22	22 %

Berdasarkan Tabel diatas penelitian ini menggunakan responden sebanyak 100 sampel mahasiswa dimana dari sampel yang dipilih apabila dilihat dari segi jenis kelamin secara keseluruhan sampel berjenis kelamin laki-laki sebanyak 60 % dan sisanya perempuan sebanyak 40 %. Ini menunjukkan bahwa responden yang lebih banyak kuliah dan bekerja *part time* dilakukan oleh laki-laki. Hasil analisis berikutnya untuk pekerjaan yang paling banyak adalah Wiraswasta dengan total subjek 25 orang dan prosentase berjumlah 25 % dengan berbagai macam pekerjaan seperti membuka usaha toko, membuka jasa translator dan sebagainya, kemudian pekerjaan sebagai Barista yaitu 22 orang dengan prosentase 22 %. Kemudian Untuk pekerjaan berikutnya yaitu Admin dengan frekuensi 18 orang dan prosentase 18 % dengan berbagai macam pekerjaan contohnya adalah admin marketing, kasir cafe dan lain lain. Untuk kategori tingkat semester dari semester 9 sampai semester 14 menyatakan jika responden terbanyak yaitu mahasiswa semester akhir dari semester 9 sampai semester 10 yaitu 53 %, kemudian semester 11 sampai semester 12 berjumlah 25 orang dengan prosentase 25 % , dan dari semester 13 sampai semester 14 yaitu 22 orang dengan prosentase 22 % .

Kategorisasi tingkatan *Coping stres* Mahasiswa akhir pekerja *part time*

Tujuan penelitian ini adalah mendeskripsikan seberapa baik *coping stress* mahasiswa akhir yang bekerja *part time*. Analisis data dilakukan dengan teknik deskriptif kategoris dan presentase yang disajikan dalam tabel 2 berikut ini :

Tabel 2. Kategorisasi Tingkat *Coping stress* Mahasiswa akhir pekerja *part time*

Kategori	Rentang	Jumlah mahasiswa	Prosentase
<i>Coping stress</i> Baik	>112	6	6 %
<i>Coping stress</i> Cukup baik	84-111	51	51 %
<i>Coping stress</i> Tidak baik	< 84	43	43 %
Jumlah		100	100 %

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa terdapat 6 (6 %) orang mahasiswa akhir pekerja *part time* dapat melakukan *Coping stress* dengan baik mahasiswa akhir pekerja *part time*, dikategorikan *coping stress* baik , kemudian 51 orang dengan prosentase 51 % dikategorikan dapat melakukan *coping stress* cukup baik, dan 43 orang melakukan *coping stress* tidak baik

Berdasarkan hasil penelitian , peneliti menyimpulkan bahwa terdapat banyak (51 %) mahasiswa akhir pekerja *part time* memiliki *coping stress* dalam kategori cukup baik.

Berdasarkan uraian data diatas menunjukkan bahwa mahasiswa akhir yang bekerja *part time* memiliki kemampuan untuk melakukan *coping stress* yang cukup baik (51 %). Dalam hal ini, berarti walaupun mahasiswa mengalami stres yang tinggi namun kemampuan untuk melakukan strategi *coping stress* mereka cukup baik. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa akhir pekerja *part time* mampu mengatasi masalah, hambatan, tekanan , maupun gangguan dalam melakukan dua tugas pekerjaan maupun perkuliahan.

Deskripsi data tabulasi silang *coping stress*

Tabel 3 data demografi berdasarkan *coping stress*

Kategori	Baik	Prosentase	Cukup Baik	Prosentase	Tidak Baik	Prosentase
Jenis Kelamin						
Laki-laki	4	4 %	23	23 %	33	33 %
Perempuan	2	2 %	28	28 %	10	10 %
Usia						
19-22 Tahun	1	1 %	10	10 %	8	8 %
23 Tahun	3	3 %	17	17 %	13	13 %
24 Tahun	0	0 %	14	14 %	13	13 %
25 Tahun	9	9 %	10	10 %	9	9 %
Semester						
Semester 9-10	2	2 %	33	33 %	18	18 %
Semester 11-12	3	3 %	13	13 %	9	9 %
Semester 13-14	1	1 %	5	5 %	16	16 %

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 3 mengenai data demografi dan tabulasi silang pada *coping stress* maka dapat dijabarkan jika pada kategori jenis kelamin untuk laki-laki dengan tingkat *coping stress* baik berjumlah 4 orang dengan prosentase 4 % , untuk tingkat cukup baik berjumlah 23 orang dengan prosentase 23 % , dan tingkat tidak baik berjumlah 33 orang dengan prosentase 33 %. Pada kategori jenis kelamin untuk perempuan dengan tingkat *coping stress* baik berjumlah 2 orang dengan prosentase 2 % , untuk tingkat cukup baik berjumlah 28 orang dengan prosentase 28 % , dan tingkat tidak baik berjumlah 10 orang dengan prosentase 10 %. Pada kategori usia yang kurang dari 22 tahun tingkat *coping stress* baik berjumlah 1 orang dengan prosentase 1 % , tingkat cukup baik berjumlah 10 orang dengan prosentase 10 % , dan tingkat tidak baik berjumlah 8 orang dengan prosentase 8 %. Pada kategori usia 23 tahun tingkat *coping stress* baik berjumlah 3 orang dengan prosentase 3 % , tingkat cukup baik berjumlah 17 orang dengan prosentase 17 % , dan tingkat tidak baik berjumlah 13 dengan prosentase 13 % . Pada kategori usia 24 tahun tingkat *coping stress* baik berjumlah 0 orang dengan prosentase 0 % , tingkat cukup baik berjumlah 14 orang dengan prosentase 14 % , dan tingkat tidak baik berjumlah 13 dengan prosentase 13 % . Pada kategori usia 25 tahun tingkat *coping stress* baik berjumlah 9 orang dengan prosentase 9 % , tingkat cukup baik berjumlah 10 orang dengan prosentase 10 % , dan tingkat tidak baik berjumlah 9 dengan prosentase 9 % . Untuk kategori dari semester 9 sampai dengan semester 10 tingkat *coping stress* baik berjumlah 2 orang dengan prosentase 2 % , tingkat cukup baik berjumlah 33 orang dengan prosentase 33 % , dan pada tingkat tidak baik berjumlah 18 orang dengan prosentase 18 % . Untuk kategori dari semester 11 sampai dengan semester 12 tingkat *coping stress* baik berjumlah 3 orang dengan prosentase 3 % , tingkat cukup baik berjumlah 13 orang dengan prosentase 13 % , dan pada tingkat tidak baik berjumlah 9 orang dengan prosentase 9 % . Untuk kategori semester dari semester 13 sampai dengan semester 14 tingkat *coping stress* baik berjumlah 1 orang dengan

prosentase 1 %, tingkat cukup baik berjumlah 5 orang dengan prosentase 5 %, dan pada tingkat tidak baik berjumlah 16 orang dengan prosentase 16 % .

Tabel 4 Nilai rata-rata tiap kategori *coping stress* pada mahasiswa akhir yang bekerja *part time* di Universitas Muhammadiyah Malang

Kategori	Mean	Standar Deviasi
<i>Active emotional coping</i>	33,27	6,596
<i>Passive emotional coping</i>	13,5	5,758
<i>Active problem coping</i>	17,16	6,34
<i>Passive problem coping</i>	23,63	8,21

Tabel 4 adalah nilai rata rata tiap kategori *coping stress*. Terdiri dari *Active emotional coping*, *Passive emotional coping*, *Active problem coping*, *Passive problem coping*. Nilai rata rata dari kategori tersebut yang tertinggi adalah pada *Active emotional coping* dengan nilai 33,27 dan standar deviasi 6,596. Kategori *Active emotional coping* ini merujuk kepada individu yang ketika dihadapkan pada masalah maka individu tersebut akan menyesuaikan diri terhadap masalah tersebut dengan cara berpikir positif maupun dengan cara mencari cara untuk menghilangkan stress terhadap masalahnya tersebut. Aspek dari *Active emotional coping* adalah *Emotional adjustment* seperti menyesuaikan diri dan memberanikan diri untuk bersikap positif dan *Emotional outburst* seperti mengalihkan perhatian, merubah emosi, dan mencari sumber daya eksternal dalam menyesuaikan emosi atau mencari metode untuk menghilangkan stress.

DISKUSI

Mahasiswa yang telah memasuki semester akhir akan memilih untuk bekerja untuk memenuhi kebutuhan sehari hari. Pada hasil penelitian mengungkapkan bahwa faktor tekanan finansial yang menyebabkan mahasiswa memilih untuk bekerja dan kuliah. Meningkatnya tekanan finansial telah menghasilkan lebih banyak mahasiswa yang bekerja sambil kuliah, menambah unsur lain bagi mahasiswa untuk menyeimbangkan hidup mereka. Misalnya, di Britania Raya, pemerintah terus mengurangi dana untuk mahasiswa sambil memperluas partisipasi dalam pendidikan di Universitas, sehingga meningkatkan tekanan keuangan pada mahasiswa tersebut (Pitt, Oprescu, Tapia & Gray, 2018).

Pada umumnya, mahasiswa memilih bekerja secara *part time* (paruh waktu) hal ini sesuai dengan apa yang diungkapkan oleh Furr dan Elling (2000) dalam Muluk (2017) yang mengemukakan bahwa ada banyak alasan mengapa siswa mengambil pekerjaan paruh waktu.

Pertama, masalah keuangan menjadi alasan sebagian besar siswa dipaksa untuk mengambil pekerjaan paruh waktu. Rata-rata biaya pendidikan dan hidup tahunan terus meningkat di Indonesia. Kedua, keterlibatan siswa dalam pekerjaan memiliki dampak positif untuk mengembangkan keterampilan yang berkaitan dengan karier. Ini adalah pengalaman langsung yang tidak dapat diperoleh di ruang kelas saja.

Umumnya mahasiswa akan memilih bekerja *part time* dikarenakan fleksibel nya waktu untuk mengatur waktu bekerja dan kuliah. Hal ini sesuai dengan pernyataan Muluk (2017) pekerjaan paruh waktu (*part time*) adalah suatu bentuk pekerjaan dengan lebih sedikit jam per minggu daripada pekerjaan penuh waktu (*full time*). Pekerja *part time* biasanya bekerja kurang dari 30 atau 35 jam seminggu. Mahasiswa dengan pekerjaan paruh waktu dapat didefinisikan sebagai Maha siswa yang bekerja selama semester, dengan kurang dari 20 jam kerja per minggu. Terlepas dari variasi jumlah jam kerja, pada umumnya mahasiswa akan bekerja *full time* hanya pada selama liburan semester.

Mahasiswa yang melakukan dua peran yaitu bekerja dan kuliah, dituntut untuk melakukan dua tugas yaitu tugas pada perkuliahan dan tugas pada pekerjaan. Apabila mahasiswa tersebut tidak dapat menyeimbangkan antara dua tugas tersebut mereka akan mengalami stres. Seperti yang dikemukakan oleh Schwartz, McGuire, dan Satterstorm (2015) Untuk menjadi mahasiswa yang bekerja, mahasiswa harus berusaha menyeimbangkan pekerjaan, perkuliahan, dan kehidupan. Tindakan penyeimbangan ini tampaknya berjalan seiring dengan tingkat stress. Selain stres terkait pekerjaan, meningkatnya biaya kuliah dan biaya hidup selama bertahun-tahun yang tampaknya tanpa henti. Bahkan, menurut Pusat Statistik Pendidikan Nasional NCES (2011) dalam oleh Schwartz etc (2015) , sekitar 60% mahasiswa mengatakan orang tua mereka mengharapkan mereka bekerja untuk membantu menutupi biaya hidup mereka. Juga, sekitar 31% siswa penuh waktu bekerja 1 hingga 15 jam per minggu (dengan banyak siswa bekerja lebih dari ini). Selanjutnya, siswa yang menghadiri lembaga publik 4 tahun lebih cenderung bekerja (41% siswa menghadiri kerja lembaga publik 4 tahun) dibandingkan dengan sekitar 35% siswa yang menghadiri lembaga swasta 4 tahun . Menurut penelitian Dundes dan Marx terhadap lebih dari 250 mahasiswa, siswa yang bekerja 10-19 jam per minggu sebenarnya lebih cenderung memiliki IPK lebih tinggi daripada siswa yang bekerja kurang dari 10 jam per minggu atau lebih dari 20 jam per minggu. Sekali lagi, mereka menemukan bahwa siswa yang bekerja 10-19 jam per minggu lebih cenderung menghabiskan lebih banyak waktu belajar dibandingkan siswa yang tidak bekerja dan siswa yang bekerja kurang dari 10 jam atau lebih dari 20 jam per minggu. Yang paling penting, 64% dari siswa yang bekerja melaporkan bahwa pekerjaan mereka meningkatkan tingkat stres mereka dan 57% melaporkan bahwa pekerjaan mereka mengurangi waktu yang biasanya ingin mereka habiskan untuk mengerjakan tugas (2011) Schwartz, McGuire, dan Satterstorm (2015).

Mahasiswa yang bekerja tingkat stres nya lebih tinggi daripada mahasiswa yang tidak bekerja hal ini sesuai oleh yang dikemukakan oleh Muluk (2017), Dundes dan Marx (2006) melaporkan bahwa 74 persen Mahasiswa yang bekerja percaya bahwa pekerjaan memaksa mereka untuk menjadi lebih efisien. Terlepas dari kenyataan ini, dilaporkan juga bahwa 64 persen mahasiswa yang bekerja paruh waktu juga memiliki tingkat stres yang lebih tinggi.

Mahasiswa yang dihadapkan oleh stres akan terdorong untuk melakukan *coping*. Menurut Yikealo & Tareke (2018) *Coping* melibatkan evaluasi kognitif spesifik apakah seseorang percaya bahwa ia mampu menangani situasi yang penuh tekanan. Coping terdiri dari berbagai bentuk, seperti coping yang berfokus pada emosi (*Emotional coping*) di mana individu fokus pada mengurangi reaksi emosional yang merugikan, dan coping yang berfokus pada masalah (

Problem coping) di mana fokusnya adalah pada menemukan cara praktis untuk memecahkan situasi yang penuh tekanan juga digambarkan sebagai Strategi *coping* aktif dan pasif atau pendekatan dan penghindaran stres.

Menurut hasil pengujian yang telah dilakukan peneliti, dapat diketahui bahwa mahasiswa akhir yang bekerja *part time* memiliki nilai rata rata tertinggi ada pada kategori *Active emotional coping*, *Active problem coping*, *Passive problem coping*. Sedangkan pada kategori *Passive emotional coping* merupakan nilai rata rata terendah. Perbedaan hasil antara 3 kategori tertinggi dengan 1 kategori terendah dikarenakan hasil yang didapat tidak signifikan. Kategori tertinggi nilai rata-rata *Coping stress* yaitu 33,27 dengan standar deviasi sebesar 6,596.

Pada hasil penelitian ditemukan bahwa pada jenis kelamin laki laki untuk tingkat *coping stress* baik prosentase sebesar 4 %. Untuk *coping stres* tingkat cukup baik 33 %, dan tingkat *coping stress* tidak baik berjumlah 23 %. Pada jenis kelamin perempuan untuk tingkat *coping stress* baik prosentase sebesar 2 %. Untuk *coping stres* tingkat cukup baik 23 %, dan tingkat *coping stress* tidak baik berjumlah 10 %. Hal ini menunjukkan pada jenis kelamin laki-laki dari tingkat *coping stress* tidak baik lebih besar dari perempuan. Laki-laki mungkin memiliki cara berbeda dalam mengatasi stress, sedangkan strategi *coping stress* pada wanita berorientasi pada emosi dan cenderung menampilkan perasaan mereka secara lebih terbuka, sedangkan pria lebih cenderung menghambat reaksi emosional mereka terhadap stres. Fox (2004) juga mencatat bahwa wanita lebih cenderung terlibat dalam menangis sebagai mekanisme penghilang stres dan mencatat bahwa menangis dapat menyembuhkan, melepaskan, dan menghilangkan stress . Namun, menurut penelitian Yikealo & Tareke (2018) tidak menemukan perbedaan yang signifikan secara statistik antara jenis kelamin dengan strategi *coping stress*. Dapat disimpulkan bahwa mahasiswa telah matang untuk mematahkan ketidaksetaraan gender dan dapat belajar secara bebas karena mereka setara.

Aspek dari Kategori tertinggi yaitu *Active emotional coping* adalah *Emotional adjustment* seperti menyesuaikan diri dan memberanikan diri untuk bersikap positif untuk menghadapi masalah kemudian *Emotional outburst* seperti mengalihkan perhatian, merubah emosi, dan mencari sumber daya eksternal dalam menyesuaikan emosi atau dengan mencari cara untuk menghilangkan stress. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Yikealo & Tareke (2018) menggambarkan bahwa tidur dan istirahat yang cukup, mengobrol dan berbagi masalah dengan orang tua, teman, dan guru, menghindari situasi yang menyebabkan stress, menonton film dan komedi menghibur adalah tipikal strategi mengatasi stres yang digunakan oleh mahasiswa.

Terdapat beberapa kekurangan dalam penelitian ini yang nantinya dapat diperbaiki dalam penelitian berikutnya. Pertama, penelitian ini hanya dilakukan pada salah satu universitas di Kota Malang sehingga untuk mendapatkan gambaran dan hasil yang lebih umum, penelitian selanjutnya disarankan untuk mengambil sampel yang lebih luas dan ruang lingkup universitas yang lebih banyak, baik negeri maupun swasta. Selain itu, persebaran skala pada responden laki-laki dan perempuan yang tidak merata sehingga hasil penelitian ini tidak dapat dibandingkan antara laki-laki dan perempuan. Oleh sebab itu, untuk lebih memperkaya hasil penelitian, pada penelitian berikutnya disarankan untuk menyeimbangkan jumlah responden laki-laki dan perempuan.

SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Analisa hasil perhitungan rata-rata nilai *Coping stress* pada mahasiswa akhir yang bekerja *part time* memiliki nilai rata rata lebih tinggi pada kategori yaitu *Active emotional coping*. Aspek tertinggi yaitu dari *Active emotional coping* yang termasuk adalah *Emotional adjustment* seperti menyesuaikan diri dan memberanikan diri untuk bersikap positif dan *Emotional outburst* seperti mengalihkan perhatian, merubah emosi, dan mencari sumber daya eksternal dalam menyesuaikan emosi atau mencari metode untuk menghilangkan stress.

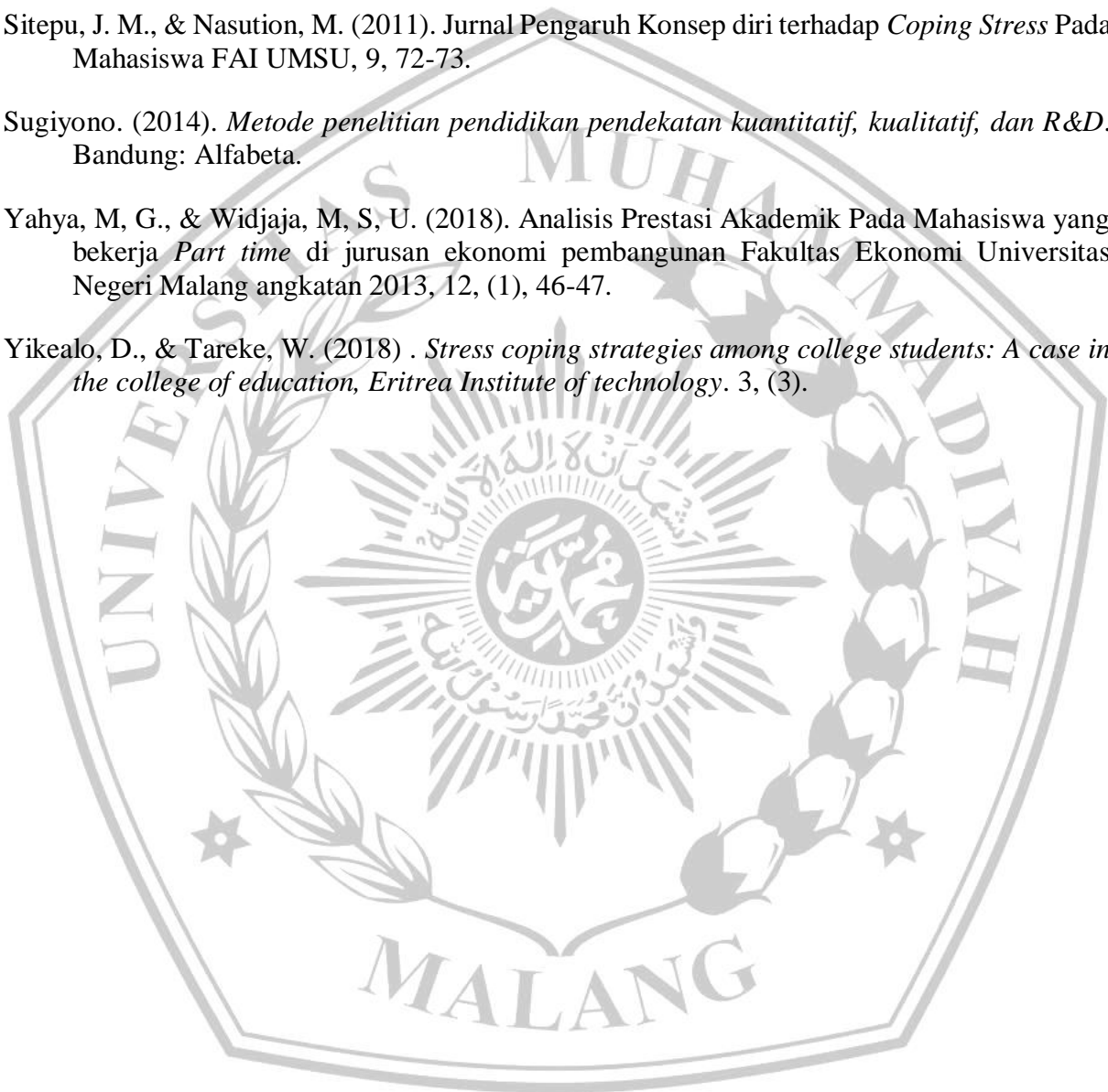
Implikasi dari penelitian ini yaitu, mahasiswa pada tingkat akhir yang bekerja *part time* diharapkan dapat menghadapi stres dan menyelesaikan masalah yang biasa terjadi pada saat kuliah maupun bekerja. Seperti menerapkan *Active emotional coping* dengan tetap berpikir positif saat menghadapi masalah, dengan begitu mahasiswa pada semester akhir dapat menghindari situasi yang menyebabkan stres. Bagi instansi atau perusahaan yang mempekerjakan mahasiswa semester akhir diharapkan dapat melaksanakan intervensi sebagai sarana pencegahan dan penanganan dari dampak stress tersebut. Penelitian ini juga menjadi peringatan terhadap mahasiswa akhir agar dapat menyeimbangkan antara pekerjaan dan perkuliahan sehingga dapat menghindari situasi yang dapat menyebabkan datangnya stres.

Bagi peneliti selanjutnya dapat melanjutkan penelitian ini dengan variabel yang lebih banyak dan spesifik, contohnya variabel *Coping stress* dengan variabel lain yang dapat mempengaruhi prestasi akademik, *well being*, manajemen waktu lain sebagainya. Peneliti juga dapat meneliti dengan variabel yang sama tetapi dengan subjek dan tempat yang berbeda.

REFERENSI

- Achmadin, J. A. (2015). "Strategi Coping stres pada mahasiswa baru fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang". Skripsi. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Azwar, S. (2012). *Sikap manusia: teori dan pengukurannya*. Yogyakarta:Liberty. Badan penelitian dan pengembangan Kesehatan, (2010), *Riset kesehatan dasar (Riskeda 2010)*, Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta.
- Darmawan, D. (2014). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosadakarya.
- Fitria, . & Zulfan. (2013). Hubungan Kerja *Part-time* dengan Capaian pendidikan (Studi kasus Mahasiswa Angkatan 2013 FISIP), Vol 3, (2), 275.
- Ismiati. (2015). Jurnal problematika dan *Coping stress* Mahasiswa dalam menyusun skripsi,6,(21), 19-20.
- Lin, Y.M., & Chen, F.S. (2010). *A stress coping style inventory of students at Universities and Colleges of Technology*, 8, (1) , 70-71.
- Lubis, R., Irma, H. N., Wulandari, R., Siregar, K., Tanjung, A. N., Wati, A. T., Puspita, M., & Syahfitri, D. (2015). Jurnal *Coping stress* pada Mahasiswa yang bekerja,1,(2),49- 50.
- Mardelina, E., & Muhson, A. (2017). Jurnal Mahasiswa bekerja dan dampaknya pada aktivitas belajar dan prestasi akademik, vol 13,No 2.
- Muluk, S. (2017). *The international journal "Part-time job and students academic achievement"*. Vol 5, (3), 361-372.
- Musradinur. (2016). Stres dan cara mengatasinya dalam perspektif Psikologi,2, (2), 185- 186.
- Nazir, Moh. (2015). *Metode Penelitian*. Bogor Selatan: Ghalia Indonesia.
- Nalim. (2015). Analisis Faktor Yang mempengaruhi motivasi belajar mahasiswa yang kuliah Sambil bekerja, hlm 2.
- Nevid, J.S., Spencer, A., Rathus., & Green, B. (2005). Psikologi Abnormal. Edisi Kelima. Jilid 1, (Jakarta: Erlangga, 2005), hlm. 144-145.
- Noor, N, N., Rahardjo, K., & Ruhana. (2016). Pengaruh stres kerja dan kepuasan kerja terhadap kinerja karyawan (studi pada karyawan PT Jasa Raharja (Persero) Cabang Jawa Timur di Surabaya,31,(1), hlm 11.
- Pitt, A., Oprescu, F., Tapia, G., & Gray, M. (2018). *An exploratory study of students' weekly stress levels and sources of stress during the semester*. Vol 19, (1), 61-75.
- Rijal . (2019, 16 may). Mahasiswa Tingkat Akhir itu Semester Berapa ?, from <https://www.rijal09.com/2019/05/mahasiswa-tingkat-akhir-itu-semester-berapa.html>

- Sarafino, E., P. (1998). *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction* (New York: John Wiley and Sons, Inc. 1998), hlm. 132.
- Setiawan, A, B., & Legowo, M. (2016). Kerja Paruh waktu Mahasiswa Universitas Negeri Surabaya (Studi fenomenologi pada pengemudi ojek online OMAHKU “ojek mahasiswa ketintang UNESA”), hlm 14-15.
- Siswanto. (2007). Kesehatan Mental. Yogyakarta : CV. Andi Offset.
- Sitepu, J. M., & Nasution, M. (2011). Jurnal Pengaruh Konsep diri terhadap *Coping Stress* Pada Mahasiswa FAI UMSU, 9, 72-73.
- Sugiyono. (2014). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Yahya, M, G., & Widjaja, M, S, U. (2018). Analisis Prestasi Akademik Pada Mahasiswa yang bekerja *Part time* di jurusan ekonomi pembangunan Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Malang angkatan 2013, 12, (1), 46-47.
- Yikealo, D., & Tareke, W. (2018) . *Stress coping strategies among college students: A case in the college of education, Eritrea Institute of technology*. 3, (3).



LAMPIRAN



Lampiran 1.Tabulasi data skala responden

x1	x2	x3	x4	x5	x6	x7	x8	x9	x10	x11	x12	x13	x14	x15	x16	x17	x18	x19	x20	x21	x22	x23	x24	x25	x26	x27	x28	total	gorisasi	s_copinstress
4	4	4	4	4	4	4	4	1	3	3	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	69	Rendah	CB
4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	90	Sedang	CB
4	4	4	4	4	4	4	4	1	2	2	1	1	1	3	3	3	1	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	75	Rendah	CB
4	4	4	4	4	4	4	4	1	2	2	1	1	1	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	93	Sedang	B
5	5	5	5	5	5	5	5	3	2	2	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	111	Sedang	B
5	5	5	5	5	5	5	5	3	2	2	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	111	Sedang	B
4	4	5	5	5	5	4	5	1	2	2	1	1	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	85	Sedang	CB
4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	3	3	3	5	5	5	3	5	4	5	5	4	4	4	5	4	5	111	Sedang	B
5	5	5	5	5	5	5	5	1	2	2	1	1	1	3	3	3	1	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	83	Rendah	CB
5	5	5	5	5	5	5	5	2	2	2	2	2	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	106	Sedang	B
3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	72	Rendah	CB
5	5	5	5	5	5	5	5	2	2	2	2	2	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	106	Sedang	B
5	5	5	5	5	5	5	5	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	75	Rendah	CB
4	4	4	4	4	4	4	4	1	2	2	1	1	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	80	Rendah	CB
5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	2	2	2	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	99	Sedang	B
5	5	5	5	5	5	5	5	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	116	Tinggi	B
5	5	5	5	5	5	5	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	85	Sedang	CB
5	5	5	5	5	5	5	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	80	Rendah	CB
4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	72	Rendah	CB
5	5	5	5	5	5	5	5	4	2	2	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	103	Sedang	B
5	5	5	5	5	5	5	5	2	2	2	2	2	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	106	Sedang	B
5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	107	Sedang	B
4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	80	Rendah	CB
3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	69	Rendah	CB
4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	80	Rendah	CB
4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	3	3	3	5	5	5	3	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	108	Sedang	B
3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	64	Rendah	CB
4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	95	Sedang	B
5	5	5	5	5	5	5	5	2	3	3	2	2	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	108	Sedang	B
5	5	5	5	5	5	5	5	1	3	3	1	1	1	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	103	Sedang	B
5	5	5	5	5	5	5	5	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	87	Sedang	CB
5	5	5	5	5	5	5	5	1	2	2	1	1	1	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	101	Sedang	B
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	71	Sedang	CB
3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	92	Rendah	B
5	5	5	5	5	5	5	5	2	3	3	2	2	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	108	Sedang	B
2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	1	1	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	66	Rendah	CB
4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	74	Rendah	CB
5	5	5	5	5	5	5	5	1	3	3	1	1	1	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	103	Sedang	B
4	4	4	4	4	4	4	4	1	3	3	1	1	1	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	95	Sedang	B
4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	5	5	5	4	5	4	5	5	4	4	5	5	5	5	120	Tinggi	B
5	5	5	5	5	5	5	5	3	2	2	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	111	Sedang	B
4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	103	Sedang	B
4	4	4	4	4	4	4	4	1	2	2	1	1	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	80	Rendah	CB
3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	56	Rendah	TB
5	5	5	5	5	5	5	5	1	4	4	1	1	1	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	105	Sedang	B
4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	5	5	5	4	5	4	5	5	4	4	5	5	5	5	118	Tinggi	B
3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	90	Sedang	CB
5	5	5	5	5	5	5	5	1	2	2	1	1	1	3	3	3	1	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	85	Sedang	CB
5	5	5	5	5	5	5	5	4	2	2	4	4	4	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	77	Rendah	CB

1	5	5	5	5	5	5	5	5	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	67	Rendah	CB	
1	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	72	Rendah	CB	
2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	112	Tinggi	B	
2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	59	Rendah	CB
2	5	5	5	5	5	5	5	5	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	90	Sedang	CB
1	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	59	Rendah	CB
2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	2	1	1	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	72	Rendah	CB
1	5	5	5	5	5	5	5	5	1	3	3	1	1	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	90	Sedang	CB
2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	103	Sedang	B
1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	90	Sedang	CB
2	4	4	5	5	5	5	4	5	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	95	Sedang	B
3	4	4	4	4	4	4	4	4	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	67	Rendah	CB
2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	103	Sedang	B
1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	93	Sedang	B
1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	103	Sedang	B
1	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	2	1	1	1	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	67	Rendah	CB
1	4	4	4	4	4	4	4	4	1	2	2	1	1	1	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	93	Sedang	B
1	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	85	Sedang	CB
2	5	5	5	5	5	5	5	5	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	98	Sedang	B
1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	56	Rendah	TB
3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	64	Rendah	CB
3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	72	Rendah	CB
2	4	4	4	4	4	4	4	4	1	2	2	1	1	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	80	Rendah	CB
2	5	5	5	5	5	5	5	5	1	2	2	1	1	1	5	5	5	1	5	5	5	4	5	5	4	4	4	4	109	Sedang	B
3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	59	Rendah	CB
2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	86	Sedang	CB
2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	86	Sedang	CB
3	5	5	5	5	5	5	5	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	80	Rendah	CB
3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	51	Rendah	TB
3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	59	Rendah	CB
1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	108	Sedang	B
2	5	5	5	5	5	5	5	5	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	1	3	3	1	1	3	3	3	3	87	Sedang	CB
3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	98	Sedang	B
1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	108	Sedang	B
3	5	5	5	5	5	5	5	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	80	Rendah	CB
1	5	5	5	5	5	5	5	5	1	2	2	1	1	1	3	3	3	1	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	85	Sedang	CB
3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	95	Sedang	B
3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	87	Sedang	CB
1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	5	4	4	5	5	4	4	4	4	102	Sedang	B
3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	87	Sedang	CB
3	5	5	5	5	5	5	5	5	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	113	Tinggi	B
1	3	3	3	3	3	3	3	3	5	3	3	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	4	5	5	5	5	117	Tinggi	B
3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	2	2	2	1	1	1	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	64	Rendah	CB
3	5	5	5	5	5	5	5	5	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	82	Rendah	CB
3	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	65	Rendah	CB
3	4	4	5	5	5	5	4	5	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	72	Rendah	CB
3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	72	Rendah	CB
2	5	5	5	5	5	5	5	5	2	2	2	2	2	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	106	Sedang	B
3	4	4	4	4	4	4	4	4	1	2	2	1	1	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	80	Rendah	CB
3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	72	Rendah	CB
3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	72	Rendah	CB

LAMPIRAN 2

Tabel 2

Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Butir-butir kuisioner skala *Coping stress*

Mahasiswa akhir yang bekerja *part time*

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
x1	83,42	282,731	,461	,944
x2	83,42	282,731	,461	,944
x3	83,39	282,968	,445	,944
x4	83,39	282,968	,445	,944
x5	83,39	282,968	,445	,944
x6	83,39	282,968	,445	,944
x7	83,42	282,731	,461	,944
x8	83,39	282,968	,445	,944
x9	85,34	278,247	,441	,945
x10	85,25	291,260	,205	,946
x11	85,25	291,260	,205	,946
x12	85,34	278,247	,441	,945
x13	85,34	278,247	,441	,945
x14	85,34	278,247	,441	,945
x15	84,55	267,604	,797	,940
x16	84,55	267,604	,797	,940
x17	84,55	267,604	,797	,940
x18	85,34	278,247	,441	,945
x19	84,55	267,604	,797	,940
x20	84,66	269,863	,751	,941
x21	84,55	267,604	,797	,940
x22	84,58	267,983	,806	,940
x23	84,66	269,863	,751	,941
x24	84,66	269,863	,751	,941
x25	84,62	267,915	,809	,940
x26	84,58	267,983	,806	,940
x27	84,62	267,915	,809	,940
x28	84,58	267,983	,806	,940

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,944	28

Uji validitas skala *Coping stress* memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,944. Nilai reliabilitas skala *Coping stress* sebesar 0,947 dengan nilai indeks validitas sebesar 0,205–0,821. Dengan 28 item dinyatakan valid.



LAMPIRAN 3

Hasil Uji Analisa Deskriptif

Tabel 1 Statistic berdasarkan Usia,gender, pekerjaan, dan semester

Statistics					
		usia	Jenis Kelamin	pekerjaan	semester
N	Valid	100	100	100	100
	Missing	0	0	0	0
Mean		2,50	1,40		1,69
Std. Error of Mean		,103	,049		,081
Median		2,00	1,00		1,00
Mode		2	1		1
Std. Deviation		1,030	,492		,813
Variance		1,061	,242		,661
Range		3	1		2
Minimum		1	1		1
Maximum		4	2		3
Sum		250	140		169

Tabel 2

Frekuensi Jenis Kelamin

Jenis kelamin					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	60	60,0	60,0	60,0
	Perempuan	40	40,0	40,0	100,0
Total		100	100,0	100,0	

Tabel 3

Frekuensi Usia

usia				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid < 22 Tahun	19	19,0	19,0	19,0
23 Tahun	33	33,0	33,0	52,0
24 Tahun	27	27,0	27,0	79,0
> 25 Tahun	21	21,0	21,0	100,0
Total	100	100,0	100,0	

Tabel 4

Frekuensi Pekerjaan *Part time*

pekerjaan				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Admin	11	11,0	11,0	11,0
Barista	22	22,0	22,0	33,0
Entertai	2	2,0	2,0	35,0
Freelanc	6	6,0	6,0	41,0
Front Of	1	1,0	1,0	42,0
Karyawan	5	5,0	5,0	47,0
Kasir Ca	7	7,0	7,0	54,0
Konten K	2	2,0	2,0	56,0
Model	2	2,0	2,0	58,0
Ojek Onl	2	2,0	2,0	60,0
Penyiar	1	1,0	1,0	61,0
Pramunia	1	1,0	1,0	62,0
SPG	2	2,0	2,0	64,0
Storekee	3	3,0	3,0	67,0
Thrift S	1	1,0	1,0	68,0
Translat	1	1,0	1,0	69,0
Tutor	1	1,0	1,0	70,0
Waitress	7	7,0	7,0	77,0
Wiraswas	23	23,0	23,0	100,0
Total	100	100,0	100,0	

Tabel 5

Frekuensi Semester

		semester			Cumulative Percent
		Frequency	Percent	Valid Percent	
Valid	< Semester 10	53	53,0	53,0	53,0
	< Semester 12	25	25,0	25,0	78,0
	< Semester 14	22	22,0	22,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

Tabel 6 Tingkat *coping stress* berdasarkan jenis kelamin Crosstabulation

Case Processing Summary						
	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
jeniskelamin * copingstres	100	100,0%	0	0,0%	100	100,0%

jeniskelamin * copingstres Crosstabulation						
			copingstres			Total
			Baik	Cukup baik	Tidak baik	
jeniskelamin	Laki-laki	Count	4	23	33	60
		Expected Count	3,6	30,6	25,8	60,0
		% within jeniskelamin	6,7%	38,3%	55,0%	100,0%
		% within copingstres	66,7%	45,1%	76,7%	60,0%
		% of Total	4,0%	23,0%	33,0%	60,0%
	Perempuan	Count	2	28	10	40
		Expected Count	2,4	20,4	17,2	40,0
		% within jeniskelamin	5,0%	70,0%	25,0%	100,0%
		% within copingstres	33,3%	54,9%	23,3%	40,0%
		% of Total	2,0%	28,0%	10,0%	40,0%
Total	Count	6	51	43	100	
	Expected Count	6.0	51.0	43.0	100.0	

% within jeniskelamin	6,0%	51,0%	43,0%	100,0%
% within copingstres	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
% of Total	6,0%	51,0%	43,0%	100,0%

Tabel 7 Tingkat *coping stress* berdasarkan usia

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Usia * copingstres	100	100,0%	0	0,0%	100	100,0%

Usia * copingstres Crosstabulation

			copingstres			Total
			Baik	Cukup baik	Tidak baik	
Usia < 22 tahun	Count		1	10	8	19
	Expected Count		1,1	9,7	8,2	19,0
	% within Usia		5,3%	52,6%	42,1%	100,0%
	% within copingstres		16,7%	19,6%	18,6%	19,0%
	% of Total		1,0%	10,0%	8,0%	19,0%
23 tahun	Count		3	17	13	33
	Expected Count		2,0	16,8	14,2	33,0
	% within Usia		9,1%	51,5%	39,4%	100,0%
	% within copingstres		50,0%	33,3%	30,2%	33,0%
	% of Total		3,0%	17,0%	13,0%	33,0%
24 tahun	Count		0	14	13	27
	Expected Count		1,6	13,8	11,6	27,0
	% within Usia		0,0%	51,9%	48,1%	100,0%
	% within copingstres		0,0%	27,5%	30,2%	27,0%
	% of Total		0,0%	14,0%	13,0%	27,0%
< 25 tahun	Count		2	10	9	21
	Expected Count		1,3	10,7	9,0	21,0
	% within Usia		9,5%	47,6%	42,9%	100,0%
	% within copingstres		33,3%	19,6%	20,9%	21,0%
	% of Total		2,0%	10,0%	9,0%	21,0%
Total	Count		6	51	43	100
	Expected Count		6,0	51,0	43,0	100,0

% within Usia	6,0%	51,0%	43,0%	100,0%
% within copingstres	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
% of Total	6,0%	51,0%	43,0%	100,0%

Tabel 8 Tingkat *coping stress* berdasarkan semester crosstabulation

Case Processing Summary						
	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
semester * copingstres	100	100,0%	0	0,0%	100	100,0%

semester * copingstres Crosstabulation					
		Copingstres			Total
		Baik	Cukup baik	Tidak baik	
semester 1	Count	28	23	2	53
	Expected Count	22,3	29,2	1,6	53,0
	% within semester	52,8%	43,4%	3,8%	100,0%
	% within copingstres	66,7%	41,8%	66,7%	53,0%
	% of Total	28,0%	23,0%	2,0%	53,0%
2	Count	11	14	0	25
	Expected Count	10,5	13,8	,8	25,0
	% within semester	44,0%	56,0%	0,0%	100,0%
	% within copingstres	26,2%	25,5%	0,0%	25,0%
	% of Total	11,0%	14,0%	0,0%	25,0%
3	Count	3	18	1	22
	Expected Count	9,2	12,1	,7	22,0
	% within semester	13,6%	81,8%	4,5%	100,0%
	% within copingstres	7,1%	32,7%	33,3%	22,0%
	% of Total	3,0%	18,0%	1,0%	22,0%
Total	Count	42	55	3	100
	Expected Count	42,0	55,0	3,0	100,0
	% within semester	42,0%	55,0%	3,0%	100,0%
	% within copingstres	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
	% of Total	42,0%	55,0%	3,0%	100,0%

LAMPIRAN 4

Tabel 1 Norma Kategorisasi *Coping stress* Mahasiswa akhir yang bekerja *part time*

Kategori	Rumus
$X > \mu + 1,5 \sigma$	Kategori <i>Coping stres</i> Baik
$\mu - 0,5 \sigma < X \leq \mu + 0,5 \sigma$	Kategori <i>Coping stres</i> Cukup Baik
$X \leq \mu - 1,5 \sigma$	Kategori <i>Coping stress</i> Tidak Baik

N : Total skala item (N=28)

Xmaksimum : $28 \times 5 = 140$

Xminimum : $28 \times 1 = 28$

Range : $(X_{\text{maksimum}} - X_{\text{minimum}}) (140 - 28) = 112$

σ : $(\text{Range} / 6) = 18,7$

μ : $(X_{\text{maksimum}} + X_{\text{minimum}}) : 2$

$(140 + 28) : 2 = 84$

Tabel 4 Kategorisasi Strategi *Coping stress* Mahasiswa akhir yang bekerja *part time* Universitas Muhammadiyah Malang

Kategori	Rentang	Jumlah Mahasiswa	Prosentase
<i>Coping stress</i> Baik	>112	6	6 %
<i>Coping stress</i> Cukup Baik	84-112	51	51 %
<i>Coping stress</i> Tidak baik	< 84	43	43 %
Jumlah		100	100 %

LAMPIRAN 5

Norma skoring yang dikenakan terhadap pengolahan data yang dihasilkan instrumen ini ditentukan oleh tabel berikut :

Tabel 1.5 Norma skoring Inventori *Coping stress* Mahasiswa akhir Pekerja *Part time*

Alternatif Jawaban	Skor	
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat setuju	5	1
Setuju	4	2
Kurang setuju	3	3
Tidak Setuju	2	4
Sangat tidak setuju	1	5

Tabel berikut menjelaskan tentang aspek dan indikator *coping stress* :

Tabel 1.6 Kisi kisi kuisioner strategi *Coping stress* mahasiswa akhir pekerja *part time*

Aspek	Indikator	No item		Jmlh
		<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>	
<i>Active emotional coping</i>	<i>a. Emotional adjustment</i>	1,2,8	-	3
	<i>b. Emotional outburst</i>	3,4,5,6,7	-	5
<i>Passive emotional coping</i>	<i>a. Emotionally downcast</i>	-	9,10,13,14	4
	<i>b. Loss of emotional control</i>	11,12	-	2
<i>Active problem coping</i>	<i>a. Solving a problem</i>	18,19	-	2
	<i>b. Search for assistances</i>	15,16,17,20	-	4
<i>Passive problem coping</i>	<i>a. Procastinating problem</i>	24,25,28	21,22,23,26	7
	<i>b. Evasion of problem</i>	-	27	1
TOTAL				28

LAMPIRAN 6

SKALA PENELITIAN

IDENTITAS DIRI

NAMA :

USIA : TAHUN

JENIS KELAMIN : (L/P)

FAKULTAS/JURUSAN :

SEMESTER :

Petunjuk Pengisian

Di bawah ini ada sejumlah pernyataan tentang *coping stress* Mahasiswa . Semua pernyataan berisi 28 item harus dimaknai/dipahami sebagai pernyataan yang terkait dengan kondisi teman-teman . Bacalah masing-masing pernyataan dengan teliti. Berikanlah tanda centang (✓) pada kolom yang telah disediakan sesuai dengan kondisi Anda. Alternatif jawaban yang ada adalah sebagai berikut:

1. **Sangat Setuju (5)** = Anda Sangat setuju terkait dengan Strategi Coping stres yang sudah tersebut di atas.
2. **Setuju (4)** = Anda Setuju terkait dengan Strategi Coping stres yang sudah tersebut di atas.
3. **Kurang Setuju (3)** = Anda Kurang setuju terkait dengan Strategi Coping stres yang sudah tersebut di atas.
4. **Tidak Setuju (2)** = Anda tidak setuju terkait dengan Strategi Coping stres yang sudah tersebut di atas.
5. **Sangat Tidak Setuju (1)** = Anda sangat tidak setuju terkait dengan Strategi Coping stres yang sudah tersebut di atas.

Langkah-langkah mengisi kuisioner ini secara praktis adalah sebagai berikut:

1. Baca dan pahami setiap pernyataan dalam kuisioner ini melalui Kondisi yang di tulis paling atas!
2. Jawablah setiap pernyataan dengan jujur dan teliti sesuai dengan kondisi Anda!
3. Berilah tanda centang pada salah satu kolom yang telah disediakan!

Bagaimana kamu menghadapi stres akademik atau masalah yang berlangsung pada semester ini						
No.	Item	5	4	3	2	1
1.	Saya mencoba untuk melakukan sesuatu atau berpikir tentang sesuatu yang membuat perasaan saya bahagia, dan membiarkan diri saya bersantai					
2.	Saya mencoba untuk menyesuaikan pola pikir dan membiarkan diri saya bahagia					
3.	Saya berbicara dengan teman sekelas maupun teman saya, atau membuka diri dengan teman online saya					
4.	Saya membiarkan diri saya merasa tenang terlebih dahulu dan berpikir bagaimana untuk mendamaikan emosi negatif					
5.	Saya makan dan bersenang senang untuk mengurangi stres					
6.	Saya menganggap masalah tersebut sebagai sebuah tantangan diri					
7.	Saya biasanya melakukan sesuatu seperti menonton tv, membaca komik, mendengarkan lagu, tidur, makan atau pergi keluar untuk melupakan sementara masalah					
8.	Saya mengatakan pada diri saya untuk bertahan					
9.	Saya menyalahkan diri saya dan Tuhan karena ketidakadilan ini ketika saya menghadapi stres					
10.	Saya membuat teman-teman saya tidak nyaman ketika mereka memprovokasi saya ketika saya merasa sedih					
11.	Saya tidak menyerah ketika saya berdebat dengan teman-teman saya					
12.	Saya menaruh kemarahan atau emosi saya kepada orang lain					
13.	Saya menyalahkan diri saya, merasa menyesal atau menutup diri ketika menghadapi stres					

14.	Saya memutuskan bahwa saya memiliki nasib buruk ketika menghadapi stres					
15.	Saya mencari data yang terkait dari perpustakaan atau internet mengenai pekerjaan rumah saya					
16.	Saya berdiskusi mengenai isu dengan dosen, keluarga, senior dan teman sekelas dan bertanya tentang pendapat mereka					
17.	Ketika saya menghadapi konflik dalam kegiatan studi akademik, saya akan menyusun dan merencanakan terlebih dahulu					
18.	Saya menyederhanakan pertanyaan dan membuatnya mudah untuk dipecahkan					
19.	Saya bersikap tenang dan optimis untuk berpikir bagaimana menyelesaikan masalah					
20.	Saya terjaga untuk menyelesaikan pekerjaan sampai tengah malam					
21.	Saya menesampingkan masalah terlebih dahulu					
22.	Saya secara pasif membiarkan alam untuk mengambil jalannya					
23.	Saya biasanya menesampingkan masalah dan tidak menanganinya untuk sementara waktu					
24.	Saya mengurangi standar dan mencoba lagi standar baru					
25.	Saya mencari harapan religius atau hiburan bagi jiwa saya					
26.	Jumlah kelas yang saya susun menjadi semakin banyak					
27.	Saya membuat diri saya mati rasa dengan meminum alkohol atau mengkonsumsi narkoba, saya menesampingkan masalah terlebih dahulu					
28.	Saya mempelajari mata pelajaran yang saya suka dibandingkan ketika saya masuk ke dalam kelas yang tidak saya suka					



SURAT KETERANGAN

No: E.6.a/239/Lab-Psi/UMM/VII/2020

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Yang bertanda tangan dibawah ini Tim Divisi Psikometri Laboratorium Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, menerangkan dengan sesungguhnya bahwa mahasiswa tersebut dibawah ini:

Nama : Nuraini Dian Adisty
NIM : 201310230311312
Dosen Pembimbing : 1) Hudaniah, M.Si
2) Alifah Nabilah Masturah, M.A

Yang bersangkutan telah melakukan :

1. Verifikasi Analisa Data.
Dengan hasil: Lulus/Perbaikan
2. Cek Plagiasi.
Hasil: Lulus/Perbaikan
Dengan keterangan sebagai berikut:

No	Judul Skripsi	Batas Maksimal	Hasil
1	Strategi Coping Stress Mahasiswa Akhir yang Bekerja Part Time	25%	24%

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Malang, 20 Juli 2020

Petugas Cek

Navy Tri Indah Sari

Keterangan:

Hasil plagiasi bersifat sementara karena terdapat kendala teknis pada software, sehingga mahasiswa diwajibkan untuk melakukan uji plagiasi ulang setelah ujian skripsi.